

Anmeldung und Info:

Yogaheilpraxis Dr. Reinhardt Wagner,
Heilpraktiker und Yogalehrer
Albert-Tanneur-Str. 27, 14974 Ludwigsfelde
E-Mail: info@yogaheilpraxis.de
website: www.yogaheilpraxis.de
Info/Tel.: 0172-31 63 443

Folgende Angaben sind erforderlich:
Name und Anschrift, Tel. und/oder Mobilfunk,
E-Mail, Yogagruppe bzw. Veranstaltungs-Nr.,
Einstiegswunsch (Datum).

**Für die Gruppen am Dienstag und Freitag
bitte bei Patrizia Stiller nachfragen
(siehe Wochenplan).**

Nach Eingang der Anmeldung wird Ihnen eine
Bestätigung mit den Anmeldedetails zugeschickt.
Infos über Inhalte, Termine und Probestunden bei
den Unterrichtenden erfragen.

Besondere Angebote in der Yogaheilpraxis:

- * Yogatherapeutische
Einzelbehandlungen bei Beschwerden
- * Medizinische Massagen
- * Fußreflexbehandlungen
und Metamorphose
- * Ayurvedische Ernährungs-
und Typenberatung
- * Bachblütenberatung
- * Begleitung von Fastenkuren
- * Atemtherapie

Allgemeines:

In der Regel findet in den Schulferien und an gesetzlichen
Feiertagen kein Yoga statt (Ausnahmen werden im Internet
rechtzeitig bekannt gegeben).

Ein Einstieg in die Gruppen ist jederzeit möglich. Bei den
Präventionsgruppen muss 80 % des Unterrichtes bis zum
Ende besucht sein, damit die Krankenkassen bezuschussen.

Die Präventionsgruppen werden von allen gesetzlichen
Krankenkassen anerkannt und zur Zeit zweimal jährlich bis
ca. 150 € bezuschusst.

Preise:

Probestunde	10 €
Einzelstunde (Gruppe)	15 €
10 Termine	140 €
12 Termine	168 €
Jahresgebühr	400 €

Einzelcoaching

30 Minuten	30 €
60 Minuten	60 €

Ferien-Yoga-Kurse und Online-Yoga-Termine
bitte telefonisch erfragen!

**Sei freundlich zu deinem Körper,
damit die Seele Lust hat darin zu wohnen.**

Theresa von Avila

Yogaheilpraxis
im Rathaus Ludwigsfelde
Albert-Tanneur-Str. 27
14974 Ludwigsfelde
Info: 0172-31 63 443
www.yogaheilpraxis.de

Y o g a
macht
glücklich



**Wohlbefinden
für Körper, Geist und Seele
2022**

Von den Krankenkassen
bezuschusste Präventionsgruppen

ANGEBOT

Heilyoga (Hatha-Yoga)

Eine Hatha-Yoga-Methode, die atemvertiefend und -stärkend auf innere Balance, Kreativität und Gesundheit wirkt. Die Übungen sind im Wechsel dynamisch und statisch, meditativ, kräftigend und entspannend, belebend und ausgleichend.

Yoga-Pilates

Die Verbindung von Atem und Bewegung steht im Mittelpunkt aller Übungen, die kontrolliert und präzise, meist liegend, ausgeführt werden. Die Körpermitte wird gekräftigt, die Haltung verbessert.

Sanfter Heil-Yoga

Hatha-Yoga-Übungen werden an individuelle Bedingungen angepasst. Einfache Bewegungsabläufe und Haltungen stehen im Vordergrund, sowie die Atmung und der Spaß an der Bewegung.

Yoga-Flow

Eine fließende Hatha-Yoga-Methode, verbunden mit einfachen Atemtechniken, Anfangs- und Endentspannung. Abgeschlossen wird mit einer Meditation.

Yoga & Entspannung für Jeden

Eine individuell angepasste Yoga-Praxis für eine belebende und zugleich entspannende Körperarbeit.

**Einzelstunden und Probestunden
nach Vereinbarung - bitte vorher anmelden!**

Offener Ferienkurs in den Sommerferien

20. Juli – 10. August, 18-19:15 Uhr (Info: : 0176-62544514)

Hinweis: Sollte ein Termin entschuldigt versäumt werden, kann ersatzweise nach Absprache und Kapazität ein Platz in einer der anderen Gruppen belegt werden.

März bis Dezember 2022

Anmeldung Gruppen Montag, Mittwoch, Donnerstag: 0172-3163443; Dienstag, Freitag: 0176-62544514

Wochentag	Zeit von.. bis ...	Gruppe	Yogalehrer/ in	Termine
Montag	1. 16:30 - 17:45 Uhr	Heilyoga 1 (Hatha-Yoga) Anfänger	Reinhardt	28.3.-4.07.2022 5.09.-12.12.2022
	2. 18:00 - 19:15 Uhr	Heilyoga 2 (Hatha-Yoga) Mittelstufe	Reinhardt	28.3.-4.07.2022 5.09.-12.12.2022
	3. 19:30 - 20:45 Uhr	Yoga-Pilates	Reinhardt	28.3.-4.07.2022 5.09.-12.12.2022
Dienstag	4. 09:00 - 10:15 Uhr	Sanfter Heilyoga Dyn. Morgenyoga	Patrizia	26.04.- 28.06.2022 6.09.- 6.12.2022
	5. 10:30 - 11:45 Uhr		Patrizia	
	6. 16.30-17.45 Uhr 7. 18:00-19:15 Uhr 8. 19:30-20:45 Uhr	Yoga für jeden YogaFlow 1 YogaFlow 2	Patrizia Patrizia Patrizia	26.04.- 28.06.2022 6.09.- 6.12.2022
Mittwoch	9. 15:30-16:45 Uhr	Heilyoga 1 (Hatha-Yoga)	Reinhardt	30.03.-29.06.2022 7.09.-7.12.2022
	10. 17:00 - 18:15 Uhr	Heilyoga 3 (Hatha-Yoga) <i>geschlossene Gruppe</i>	Reinhardt	30.03.-29.06.2022 7.09.-7.12.2022
	11. 18:30 - 20:15 Uhr	Heilyoga 1-2 (Hatha-Yoga) Anfänger & Mittelstufe	Reinhardt	30.03.-29.06.2022 7.09.-7.12.2022
Donnerstag	12. 16:30 - 17:45 Uhr	Heilyoga 2-3 <i>geschlossene Gruppe</i>	Reinhardt	31.03.-7.07.2022 8.09.-8.12.2022
	13. 18:00-19:15 Uhr	Heilyoga 2-3 (Hathayoga) <i>Geübte</i>	Reinhardt	31.03.-7.07.2022 8.09.-8.12.2022
	14. 19:30-20:45 Uhr	Yoga-Pilates	Reinhardt	31.03.-7.07.2022 8.09.-8.12.2022
Freitag	15. 14.30 -15.45 Uhr	Yoga für Schwangere	Patrizia	29.04.- 1.07.2022 2.09.- 2.12.2022
	16. 16.00 – 17.15 Uhr 17. 17.30 - 18:45 Uhr	Yoga für jeden 1 Yoga für jeden 2	Patrizia Patrizia	29.04.- 1.07.2022 2.09.- 2.12.2022